

4月予定献立表(A)

大分市学校給食西部共同調理場

日付	曜	主食	牛乳	献立名	おもにエネルギーの もとになる食品	おもに体をつくるもとに なる食品	おもに体の調子をととのえ るもとになる食品	エネルギー価 小学校 中学校	たんぱく質 小学校 中学校
9	水	ごはん		インド煮 手作りひじきふりかけ	ごはん サラダ油 じゃがいも 砂糖	牛乳 豚肉 厚揚げ ひじき かつおぶし ちりめんじゃこ	ごぼう たけのこ たまねぎ 人参 えだまめ ゆかり	559 690	22.4 26.3
10	木	コッペ パン		チリコンカン スナッペンどうのサラダ	パン サラダ油 マヨネーズ(卵なし)	牛乳 金時豆 大豆 牛肉 豚肉 豚レバー コースハム	たまねぎ 人参 マッシュルーム トマト トマトペースト コーン スナッペンどう キャベツ	602 799	29.8 37.8
11	金	ごはん		もずくスープ 鮭のみそマヨネーズ焼き	ごはん サラダ油 マヨネーズ(卵なし)	牛乳 豚肉 豆腐 もずく 鮭 みそ	干し椎茸 たまねぎ 人参 えのきたけ にら にんにく	541 652	29.9 32.8
14	月	赤飯		若竹汁 鶏のから揚げ お祝いデザート	ごはん じゃがいも 片栗粉 サラダ油 さくらゼリー	牛乳 厚揚げ わかめ みそ 鶏肉	人参 たけのこ ねぎ にんにく	632 795	26.5 32.7
15	火	米粉 パン		なかよしうどん 大豆とごぼうの甘辛揚げ	パン うどん 片栗粉 サラダ油 砂糖	牛乳 鶏肉 厚揚げ かまぼこ 大豆 いりこ	人参 ごぼう 小松菜 ねぎ 干し椎茸	588 785	31.1 40.8
16	水	ごはん		魚そうめん汁 豚肉のしょうが焼き	ごはん サラダ油 砂糖	牛乳 豆腐 魚そうめん わかめ かまぼこ 豚肉 みそ	人参 えのきたけ ねぎ たまねぎ しょうが	567 706	30.5 36.5
17	木	コッペ パン		豆乳チャウダー メンチカツのソースかけ	パン サラダ油 じゃがいも 豆乳バター 薄力粉 オリーブ油	牛乳 ベーコン 鶏肉 豆乳 ミンチカツ (大豆・鶏肉)	たまねぎ コーン クリームコーン 人参 パセリ トマトピューレ	655 841	25.6 31.4
18	金	ごはん		だんご汁 なばぴーあえ 焼きししゃも(オス)	ごはん やせうま 里芋 砂糖	牛乳 豚肉 油揚げ みそ ししゃも	人参 ごぼう はくさい 干し椎茸 ねぎ キャベツ ほうれんそう	534 657	22.0 25.6
21	月	ごはん		チキンカレー 春キャベツのサラダ	ごはん サラダ油 じゃがいも 砂糖 オリーブ油	牛乳 鶏肉 豚レバー	にんにく しょうが たまねぎ 人参 トマト りんごピューレ キャベツ ブロッコリー えだまめ コーン	578 718	24.7 29.6
22	火	黒砂糖 パン		キャベツと肉団子の 豆乳シチュー 菜の花とツナサラダ	パン サラダ油 豆乳バター 薄力粉 マヨネーズ(卵なし)	牛乳 ベーコン 肉団子(鶏・豚・大豆) 豆乳 ツナ	たまねぎ マッシュルーム キャベツ コーン 人参 パセリなのはな カリフラワー きゅうり	620 828	24.8 31.8
23	水	ごはん		大分ねぎのうま塩スープ 豆腐ハンバーグ 豊後みそ	ごはん 片栗粉 サラダ油 砂糖	牛乳 豚肉 ちりめんじゃこ みそ 豆腐ハンバーグ (鶏・豚肉・大豆)	人参 ねぎ ごぼう たまねぎ 干し椎茸 にら	551 654	21.6 24.5
24	木	コッペ パン		ペンのミートソース フルーツジュレあえ	パン マヨネーズ オリーブ油 アセロラジュレ	牛乳 牛肉 豚レバー 豚肉 みそ	にんにく たまねぎ 人参 セロリ マッシュルーム グリーンピース もも みかん りんご	607 804	25.3 32.3
25	金	ごはん		マーボー豆腐 白身魚のかばすソース	ごはん サラダ油 片栗粉 砂糖	牛乳 豆腐 豚肉 みそ たら	にんにく しょうが たまねぎ 人参 干し椎茸 にら かばす果汁	596 730	24.7 29.2
28	月	ごはん		白滝麺のスープ ハンバーグトマトソース デザート(お米でタルト)	ごはん サラダ油 砂糖 タルト(米粉・砂糖)	牛乳 豚肉 豆腐 ハンバーグ(豚・鶏) タルト(豆乳)	こんにゃく しょうが 干し椎茸 たまねぎ もやし 人参 ねぎ トマト	684 672	28.0 22.8
30	水	ごはん		春の豚汁 じゃがいものそばろ煮	ごはん じゃがいも サラダ油 砂糖 片栗粉	牛乳 豚肉 厚揚げ みそ 鶏肉	人参 ごぼう キャベツ たけのこ こんにゃく ねぎ たまねぎ	626 781	24.0 28.3

*都合により献立を変更することがあります。

*この献立は基本献立です。学校毎で行事が違いますので実施しない日の献立も含まれています。

*魚貝類(えび、いか、たこ、かに含む)は、太字で記載しています。